



Program Dahsyat (Dapur Higienis dan Sehat) bagi Kader Posyandu Anggrek Bulan untuk Pencegahan Stunting

¹Marlenywati, ^{2*}Ayu Rizky, ³Diana Mandasari

^{1&3}Program Studi Kesmas, Universitas Muhammadiyah Pontianak, Jl. Ahmad Yani No.111, Pontianak, Indonesia 78124

²Program Studi Adminkes, Institut Teknologi Kesehatan Muhammadiyah Kalbar, Jl. Sungai Raya Dalam, Sungai Raya, Kec. Sungai Raya, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat 78117

Corresponding Author e-mail: ayurizkyar.ar@gmail.com

Diterima: April 2023; Revisi: April 2023; Diterbitkan: Mei 2023

Abstrak : Data Puskesmas Sembereng menunjukkan *stunting* pada balita sebesar 18,8% pada tahun 2018 turun menjadi sebesar 13,0% di tahun 2019 dan sebesar 12,0% tahun 2020. Walaupun data tersebut menunjukkan penurunan, kasus stunting tetap menjadi perhatian sebagai masalah kesehatan masyarakat dikarenakan berada pada rentang 12 – 19%. Untuk menurunkan proporsi dari *stunting*, berbagai upaya telah dilakukan oleh Pemerintah Pusat diantaranya dengan dicanangkan 5 pilar sebagai Strategi Nasional Percepatan Pencegahan *Stunting*. Salah satu aksi dari pilar tersebut membutuhkan sumber daya manusia seperti kader posyandu untuk memiliki kapasitas yang memadai dan terlatih. Selain itu, pemanfaatan pangan lokal dinilai mampu memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting*. Oleh karenanya, melalui kegiatan pengabdian masyarakat Program Dahsyat (dapur higienis dan sehat), diharapkan Kader Posyandu memiliki kapasitas dalam perencanaan menu gizi seimbang dengan memanfaatkan pangan lokal untuk mendukung pencegahan *stunting*. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor pengetahuan kader posyandu sebelum dan setelah dilakukannya penyuluhan dan Bakso Ikan Wortel sebagai produk dari pelatihan kader posyandu juga disukai oleh balita. Diharapkan penyuluhan dan pelatihan dapat dilakukan oleh Puskesmas secara rutin dengan materi dan bahan pangan lokal yang bervariasi.

Kata Kunci : Dahsyat, Kader Posyandu, Stunting

Dahsyat Program (Hygienic and Healthy Kitchen) for Cadres of Posyandu Anggrek Bulan for Stunting Prevention

Abstract : The data from Sembereng Community Health Center shows that stunting in toddlers decreased from 18.8% in 2018 to 13.0% in 2019 and 12.0% in 2020. Although the data indicates a decrease, stunting remains a concern as a public health problem, as it falls within the range of 12-19%. To reduce the proportion of stunting, various efforts have been made by the central government, including the implementation of the 5-pillar National Strategy for Accelerating Stunting Prevention. One action from the pillar requires human resources, such as posyandu cadres, to have adequate and trained capacities. In addition, the utilization of local food is considered to be able to contribute to the prevention and mitigation of stunting. Therefore, through community service activities in the Dahsyat Program (hygienic and healthy kitchen), it is expected that Posyandu cadres have the capacity in planning a balanced nutrition menu by utilizing local food to support stunting prevention. The results of this activity show an increase in the knowledge score of Posyandu cadres before and after the counseling, and the Fish and Carrot Meatball product from the Posyandu cadres' training is also preferred by toddlers. It is hoped that counseling and training can be carried out regularly by the Community Health Center with varied local food materials and topics.

Keywords : E-learning Edmodo LMS

How to Cite: Marlenywati, Rizky, A., & Mandasari, D. (2023). Program Dahsyat (Dapur Higienis dan Sehat) bagi Kader Posyandu Anggrek Bulan untuk Pencegahan Stunting. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 5(2), 328–334. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i2.1092>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i2.1092>

Copyright©2023, Marlenywati et al
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



PENDAHULUAN

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, proporsi status gizi sangat pendek dan pendek pada balita di Indonesia terdapat 30,8% dan di Kalimantan Barat status gizi pendek dan sangat pendek terjadi penurunan di tahun 2018 terdapat 33,29. Data Puskesmas Sembereng menunjukkan *stunting* pada balita berada pada angka 45 kasus (sebesar 18,8%) pada tahun 2018 turun menjadi 31 kasus (sebesar 13,0%) di tahun 2019 dan 29 kasus (sebesar 12,0%) tahun 2020. Hasil survei mahasiswa dalam kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) kesehatan masyarakat tahun 2022 dengan sasaran 105 rumah tangga yang memiliki balita diketahui bahwa sebanyak 19 balita (sebesar 18,1%) termasuk dalam kategori pendek dan sebanyak 9 balita (sebesar 0,95%) balita termasuk dalam kategori sangat pendek. Jika dilihat dari tren tersebut, proporsi *stunting* mengalami penurunan setiap tahunnya, namun dengan proporsi *stunting* berada pada rentang 12 – 19% menjadi masalah kesehatan masyarakat yang harus diperhatikan. Hal ini mengingat *World Health Organization* (WHO) menyatakan dampak yang ditimbulkan dari *stunting* antara lain perkembangan kognitif atau kecerdasan, motorik, dan verbal berkembang secara tidak optimal, peningkatan risiko obesitas dan penyakit degeneratif lainnya, peningkatan biaya kesehatan, serta peningkatan keadian kesakitan dan kematian (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, anak yang memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal akibat *stunting* pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan di suatu negara (UNICEF, 2013).

Untuk menurunkan proporsi dari *stunting*, berbagai upaya telah dilakukan oleh Pemerintah Pusat diantaranya dengan mengeluarkan berbagai Program Nasional sampai dengan kebijakan dan regulasi (TNP2K, 2017). Akan tetapi, sebaik apapun perencanaan program di Tingkat Nasional jika tidak mendapat dukungan dari Pemerintah Provinsi sampai dengan Pemerintah Desa, upaya ini dapat mengalami berbagai kendala. UNICEF (2018) menyebutkan bahwa kendala yang saat ini dialami Indonesia dari analisa upaya sebelumnya, yakni kurangnya kesadaran sektor kunci, rendahnya kapasitas pelaksana program, tidak jelasnya standar pelayanan gizi, tidak meratanya alokasi pembiayaan, pelatihan tenaga kesehatan yang tidak diperbarui, tidak meratanya persebaran tenaga ahli gizi, kurangnya koordinasi antara Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah, kurangnya koordinasi dari berbagai sektor di daerah, dan lemahnya kapasitas dalam memantau dan mengevaluasi program di daerah. Oleh karenanya, pemerintah mencanangkan 5 pilar sebagai Strategi Nasional Percepatan Pencegahan *Stunting*. Strategi ini, tidak hanya melibatkan Kementerian Kesehatan, juga melibatkan 22 Kementerian/Lembaga lainnya. Salah satu pilar dari percepatan pencegahan *stunting* yaitu kampanye nasional dan kampanye publik. Aksi ini membutuhkan sumber daya manusia yang memiliki kapasitas memadai dan terlatih. Sumber daya manusia dimaksud tidak hanya penyelenggara dari institusi pemerintah tetapi juga dari masyarakat seperti kader posyandu (TNP2K, 2018).

Kehadiran kader Posyandu sangat diperlukan di tengah-tengah masyarakat dalam mendukung percepatan pencegahan *stunting*, ini dikarenakan kader adalah orang pertama yang dapat mendeteksi masalah

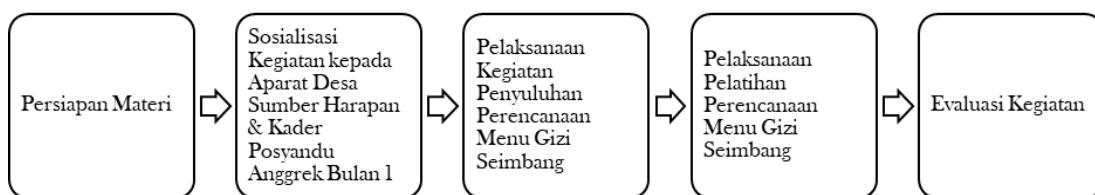
gizi dini yang terjadi di tingkat desa. Selain itu, kader juga berperan menjadi pendamping keluarga dalam mengatasi masalah gizi. Posisinya tersebut yang dekat dengan masyarakat dapat menjadikan kader lebih mudah dalam melakukan pendampingan (Said dkk, 2022). Agar peran tersebut dapat berjalan sebagaimana mestinya, kader perlu dibekali peningkatan pengetahuan dan keterampilan tentang gizi seimbang (Hernawan dkk, 2016).

Pesan dari gizi seimbang diantaranya adalah banyak konsumsi sayuran dan cukup buah-buahan, biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi, dan biasakan mengonsumsi anekaragam makanan pokok (Kemenkes RI, 2014). Pemenuhan gizi seimbang dapat dilakukan dengan pengoptimalkan pemanfaatan pangan lokal atau pangan setempat sesuai dengan kearifan lokal. Masyarakat tidak lagi terpaku dengan satu jenis makanan pokok saja dan terdorong untuk juga mengkonsumsi bahan pangan lainnya. Pemanfaatan pangan lokal dinilai mampu memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan dan penanggulangan *stunting* (Saragih, 2021).

Sejak didirikan Posyandu Anggrek Bulan 1 Desa Sumber Harapan, kader posyandu hanya pernah mendapatkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan dari Puskesmas dan tenaga kesehatan pendamping. Mengingat jumlah Desa dampingan dari Puskesmas sebanyak 18 Desa, tentunya akan sangat sulit bagi Puskesmas untuk rutin meningkatkan kapasitas kader Posyandu. Sehingga, peningkatan kapasitas Kader perlu didukung oleh lembaga/instansi lainnya. Oleh karena itu, mahasiswa dan dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak melalui program pengabdian masyarakat atas dukungan dari Pemerintah Desa melaksanakan Program Dahsyat (Dapur Higienis dan Sehat) dengan sasaran Kader Posyandu. Adapun tujuan dari program ini yakni meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu tentang perencanaan menu gizi seimbang dengan memanfaatkan pangan lokal untuk mendukung pencegahan *stunting*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Posyandu Anggrek Bulan I Desa Sumber Harapan Kecamatan Sambas, Kabupaten Sambas. Sasaran kegiatan ini adalah kader kesehatan dengan total jumlah peserta sebanyak 18 orang. Kegiatan ini dilakukan selama 1 hari dimulai dari pukul 07.30 hingga 12.00 WIB pada taggal 07 Agustus 2022.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan PKM

Tahapan kegiatan dimulai dengan menyiapkan materi perencanaan menu seimbang bagi balita berupa powerpoint dan modul. Selanjutnya, tim melakukan sosialisasi kepada aparat Desa Sumber Harapan dan Kader Posyandu di wilayah kerja Desa Sumber Harapan untuk menyepakati waktu pelaksanaan. Setelah disepakati waktu, pelaksanaan kegiatan dibagi

kedalam 2 sesi, yaitu sesi pertama dilakukannya penyuluhan materi tentang perencanaan menu gizi seimbang dan sesi ke-dua dilakukannya pelatihan perencanaan menu gizi seimbang dengan praktek membuat baso ikan wortel.

Pada sesi pertama, peserta diberikan pre-test guna mengukur tingkat pengetahuan sebelum diberikan materi. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi “perencanaan menu gizi seimbang” dengan metode ceramah dan diskusi oleh tim pengabdian masyarakat. Dalam pemberian materi, peserta dibekali *hand-out* powerpoint. Setelah pemberian materi, peserta diberikan post-test guna mengukur tingkat pengetahuan setelah pemberian materi. Pada sesi ke-dua, peserta praktek membuat bakso ikan wortel. Bahan dasar dari praktek tersebut memanfaatkan bahan pangan lokal yang bergizi dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Diakhir pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi dengan melakukan tanya jawab terkait praktek pembuatan bakso ikan wortel.

Selanjutnya, hasil pre-test dan post-test diolah menggunakan program SPSS. Indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan ini yakni adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Sedangkan untuk mengevaluasi kegiatan praktek yakni peserta mampu mengulang dan mendemonstrasikan pembuatan bakso ikan wortel.

HASIL DAN DISKUSI

Persiapan dilakukan sebelum hari pelaksanaan oleh tim pengabdi masyarakat. Hal-hal yang dipersiapkan diantaranya penggandaan *hand-out* penyuluhan, alat tulis, dan pemasangan spanduk penyuluhan. Selain itu, tim juga menyiapkan bahan pangan penunjang praktek seperti ikan, sayuran (wortel), bumbu, tepung tapioka, air bersih, dan alat masak.

Pelaksanaan Penyuluhan Perencanaan Menu Gizi Seimbang

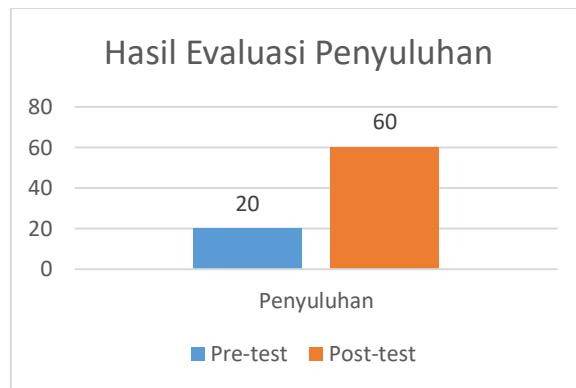
Pendidikan kesehatan dimasyarakat identik dengan penyuluhan kesehatan, karena metode ini berorientasi pada perubahan perilaku yang diharapkan. Penyuluhan ini biasanya digunakan untuk membangun hubungan komunikasi antara peserta dan pemateri lebih aktif, sehingga memberikan kesempatan kepada pemateri untuk mencapai tujuan dengan optimal (Pakpahan, 2021). Tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan penyuluhan ini yakni meningkatnya pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu tentang perencanaan menu gizi seimbang dengan memanfaatkan pangan lokal untuk mendukung pencegahan *stunting*. Melalui Program Dahsyat (Dapur Higienis dan Sehat), mahasiswa dan dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak mengajak Kader Posyandu di Desa Sumber Harapan untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan dan praktek perencanaan menu gizi seimbang. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 07 Agustus 2022 pukul 07.30 – 12.30 WIB di Posyandu Anggrek Bulan Dusun Semberang Desa Sumber Harapan Kabupaten Sambas. Peserta yang hadir sebanyak 10 orang ibu yang memiliki balita dan sebanyak 18 orang kader. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan registrasi dan sambutan. Pemberian sambutan dilakukan oleh perwakilan tim pengabdi masyarakat dan Kepala Desa Sumber Harapan, Ibu Fatmawati, A.md KL. Pada pembukaan tersebut,

tim pengabdian memperkenalkan tim dan prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pontianak serta tujuan dan manfaat dari pelaksanaan kegiatan Program Dahsyat.



Gambar 2. Penyuluhan Menu seimbang

Selanjutnya, peserta diberikan kuesioner pre-test terkait dengan materi perencanaan menu gizi seimbang. Setelah peserta mengisi kuesioner, kemudian dilakukan kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi serta dibagikan *hand-out* powerpoint. Pada kegiatan diskusi, peserta terlihat antusias. Hal ini dikarenakan, anggapan bahwa menyiapkan menu bergizi bagi balita membutuhkan biaya yang besar. Padahal, menu bergizi dapat memanfaatkan pangan lokal yang terdapat disekitar masyarakat. Kemudian, peserta diberikan kuesioner post-test untuk melihat kemajuan pengetahuan setelah pemberian materi. Adapun hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa :



Gambar 2. Hasil Evaluasi Penyuluhan

Evaluasi penyuluhan dilakukan dengan memberikan skor pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian materi perencanaan gizi seimbang. Hasil pre-test menunjukkan nilai terendah sebesar 20 poin dan meningkat pada saat post-test menjadi 60 poin.

1. Pelatihan Menu Gizi Seimbang

Peningkatan pengetahuan kader selain dilakukannya penyuluhan juga dapat melalui pelatihan (Mediani dkk, 2020). Oleh karenanya setelah dilakukan penyuluhan, pada sesi ke-dua peserta melakukan praktik membuat bakso dengan bahan dasar ikan dan sayuran berupa wortel. Bahan

dasar ikan merupakan pangan yang bernilai gizi tinggi, mudah diperoleh, dan harga terjangkau bagi rumah tangga. Sedangkan, sayuran wortel merupakan sayuran yang kaya akan Vitamin A, dapat meningkatkan imunitas tubuh, dan baik untuk penglihatan.



Gambar 3. Percontohan Praktek Pembuatan Bakso Ikan Wortel

Langkah pertama dalam praktek, tim pengabdian masyarakat memberikan contoh terlebih dahulu dalam pembuatan bakso ikan wortel. Setelah percontohan, peserta melakukan praktek sesuai dengan langkah-langkah yang telah dicontohkan dan didampingi oleh tim. Sebelum dilakukan praktek, beberapa peserta meragukan rasa dari bakso ikan wortel dikarenakan menu ini merupakan hal yang baru bagi peserta. Tidak heran saat pembuatan bakso ikan wortel selesai, peserta sangat antusias dalam mencicipi. Selain peserta, balita yang turut hadir dalam kegiatan tersebut juga menyukai dan memakan bakso ikan yang diberikan hingga habis. Hal ini dapat menjadikan bukti bahwa bakso ikan wortel disenangi oleh balita, sehingga menu ini dapat dijadikan sebagai lauk makan atau *snack* bergizi bagi balita.

KESIMPULAN

Program Dahsyat (Dapur Higienis dan Sehat) khususnya pemberian penyuluhan perencanaan menu gizi seimbang dan pelatihan pengolahan pangan lokal dapat dijadikan salah satu cara Pencegahan stunting. Pengetahuan dan keterampilan diharapkan dapat diberikan secara rutin kepada kader posyandu dengan memberikan variasi bahan pangan lokal lainnya. Dengan demikian, kader posyandu memiliki kemampuan dalam memberikan Pemberikan Makanan Tambahan yang tidak hanya bergizi tetapi juga bervariasi dan mendukung ibu yang memiliki balita untuk memberikan makanan bergizi kepada balita sesuai dengan kemampuan ekonomi keluarga.

REKOMENDASI

Puskesmas perlu membuat jadwal penyuluhan dan pelatihan penyusunan menu gizi seimbang dengan materi dan bahan pangan lokal yang bervariasi.

Agar kader posyandu termotivasi membuat menu PMT dari pangan lokal dan mendukung ibu yang memiliki balita untuk memberikan balita makanan bergizi sesuai dengan kemampuan ekonomi keluarga.

ACKNOWLEDGMENT

Kegiatan pengabdian masyarakat terselenggara atas bantuan dana Hibah Pengabdian Dosen LPPM Universitas Muhammadiyah Pontianak. Terimakasih kepada Pemerintah Desa, Kader, dan Masyarakat Dusun Semberang Desa Sumber Harapan Kabupaten Sambas.

REFERENCES

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kemenkes RI. Jakarta.
- _____. 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Kemenkes RI. Jakarta.
- UNICEF. 2013. Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak. UNICEF Indonesia. Jakarta.
- _____. 2018. *Nutrition Capacity Assessment in Indonesia*. UNICEF. Jakarta.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) . 2017. 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (*Stunting*). Sekretariat Wakil Presiden RI. Jakarta.
- _____. 2018. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (*stunting*) Periode 2018 – 2024. Sekretariat Wakil Presiden RI. Jakarta.
- Said, Sunandar, dkk. 2022. Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Balita Berbasis Kearifan Lokal dan Digital. Seminar Nasional Paedagoria, 2:370-378.
- Hernawan, Dwi Andri, Marlenywati, & Ridha, Abduh. 2016. Efektifitas Pelatihan Konseling dan Penyusunan Menu MP-ASI terhadap Keterampilan Kader dalam Mendampingi Ibu. Jurnal Vokasi Kesehatan, 2 (1):69-72.
- Saragih, Bernatl. 2021. Ekstensif Sumber Pangan Lokal dan Literasi Gizi untuk Mewujudkan Generasi Bebas Stunting di Kaltimtara. Sosialiasi Kependudukan bagi Mitra Kerja. 09 November 2021. Samarinda. <https://repository.unmul.ac.id/bitstream/handle/123456789/29320/Berns%20BKKBN%20pangan%20lokal%20penurunan%20stunting.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Pakpahan, Martina. dkk. 2021. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Yayasan Kita Menulis.
- Mediani, Henny Suzana. dkk. 2020. Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita. Media Karya Kesehatan, 3 (1):82-90.